



zu meiner Person

**Aus- und Weiterbildung:**

- examinierte Krankenschwester
- Diplom-Psychologin
- Psychoonkologin (DKG)
- klinische Hypnose und Hypnotherapie (DGH)
- Regelmäßige Teilnahme an Fortbildungen

**Berufliche Tätigkeiten:**

- examinierte Krankenschwester im Malteser-Krankenhaus Bonn
- Diplom-Psychologin auf der Palliativstation und der Schmerztagesklinik im St. Elisabeth-Krankenhaus Neuwied
- Einzel- und Gruppentherapie für chronische Schmerzpatienten in der Praxis Achim Bechtold (Anästhesist und Schmerztherapeut) in VS
- seit 2010 als Psychoonkologin in der Hämatologie-Onkologie des Schwarzwald-Baar-Klinikum in VS
- seit Dezember 2015 als Psychoonkologin im Palliativ-Zentrum des Schwarzwald-Baar-Klinikum in VS
- seit 2016 in eigener Praxis (Gemeinschaftspraxis c/o Katrin Winter)

Sie erreichen mich in der  
Gemeinschaftspraxis

c/o Katrin Winter  
Obere Laube 42  
78462 Konstanz  
Tel.: 07531/456248

oder über

[info@psychotherapie-pilger.de](mailto:info@psychotherapie-pilger.de)

[www.psychotherapie-pilger.de](http://www.psychotherapie-pilger.de)

Psychotherapeutische  
Begleitung von

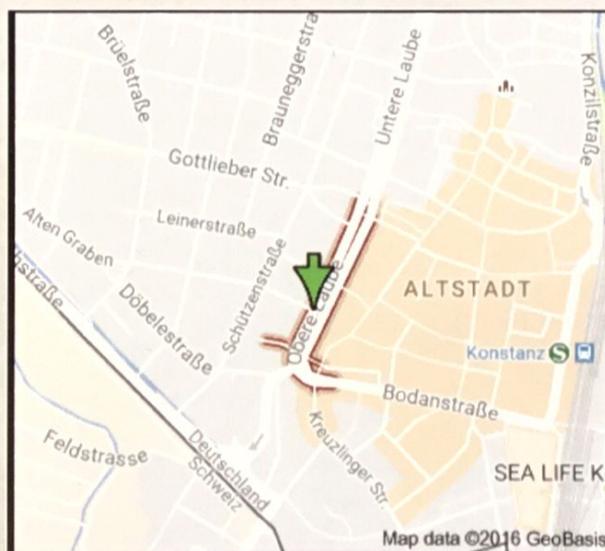
**Tumorpatienten**

und

**chronischen  
Schmerzpatienten**

und ihren Angehörigen

**Anfahrt**



**Antje Pilger**

Diplom-Psychologin  
Psychoonkologin (DKG)  
Hypnotherapeutin (DGH)

## Es freut mich, dass Sie sich für mein Angebot interessieren!

In erster Linie richtet es sich an Menschen mit einer Krebsdiagnose und deren Angehörigen.

Eine **Krebsdiagnose** zu erhalten kann ein tiefer Einschnitt in das Leben des Betroffenen oder nahestehenden Menschen bedeuten.

In jeder Phase der Erkrankung kann eine psychoonkologische Betreuung sinnvoll sein. Diese Unterstützung beinhaltet z.B. eine Hilfestellung in der Krankheitsverarbeitung bis hin zur Krisenbewältigung. Mein Angebot richtet sich nach den individuellen Bedürfnissen der Patienten und deren Angehörigen. Alleine oder gemeinsam mit der Familie können belastende Themen in den Gesprächen bearbeitet werden.

Themen können u.a. die Verarbeitung der Diagnose "Krebs" (Ängste, Sorgen, Depression), die Bewältigung der medizinisch-onkologischen Therapie (ggf. Nebenwirkungen der Behandlung oder durch die Erkrankung bedingte körperliche Symptome wie z.B. Schmerzen, Übelkeit oder Luftnot), bis hin zur Unterstützung in der letzten Lebensphase (u.a. Akzeptanz der begrenzten Lebenszeit) sein.

Auch die Unterstützung in der Trauerphase nach dem Verlust eines nahestehenden Menschen, gehört zu meinem Angebot.

**Ziel soll es sein, die Lebensqualität aufrechtzuerhalten oder zurückzuerlangen.**

Ein weiterer Schwerpunkt meiner Tätigkeit richtet sich an Menschen mit **chronischen Schmerzen** und deren Angehörigen. Oft haben sie einen langen Leidensweg hinter sich, bis die Diagnose "chronischer Schmerz" gestellt wird. In Anlehnung an das bio-psycho-soziale Modell werden aufrechterhaltende oder verstärkende Bedingungen identifiziert, können Veränderungsprozesse im Umgang mit chronischen Schmerzen in Gang gesetzt werden und somit zu einer Reduktion bzw. anderem Erleben der Schmerzen führen.

### Therapie-Methoden

Orientiert an den individuellen Bedürfnissen und **Ressourcen** der Patienten finden entlastende und unterstützende **Gespräche** statt.

Sowohl bei psychischen Belastungen wie Ängste und Niedergeschlagenheit bis hin zur Depression, aber auch bei körperlichen Symptomen wie z.B. Schmerzen, Übelkeit oder Luftnot hat sich die **Hypnotherapie** als sehr wirksam gezeigt. Es handelt sich um eine wissenschaftlich anerkannte psychotherapeutische Methode, die auf einer anderen Bewusstseinsebene Zugang zu Emotionen und Erleben ermöglicht und für eine erfolgreiche Therapie genutzt werden kann. Die Hypnose wird als sehr angenehm und entspannend erlebt und man behält jederzeit die Kontrolle über sich.

Aus der **kognitiven Verhaltenstherapie** sind viele Ansätze zum Umgang und Bewältigung chronischer Schmerzen sehr wirksam.

## Kosten und Ablauf

Ein **Erstgespräch** dient dem gegenseitigen Kennenlernen. Gerne verabrede ich mit Ihnen einen Termin. Sollte es für Sie ein Problem sein, die im 1. Stock gelegene Praxis zu erreichen, mache ich auch **Hausbesuche**.

Da ich als Diplom-Psychologin und Psychoonkologin Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz anbiete, richtet sich das Angebot an **Selbstzahler und Privatpatienten**. Manche gesetzlichen Krankenkassen bzw. Zusatzversicherungen erstatten die Behandlung ebenfalls. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse, ob die Kosten für „Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz (HPG)“ übernommen werden.

## Angebot im Überblick

- Psychoonkologie (Psychotherapeutische Begleitung Krebskranker / Angehörigen)
- Trauer
- Chronische Schmerzen
- Depressionen
- Ängste/Phobien
- Schlafstörungen
- Beratung allgem. psychischer Probleme und Lebenskrisen
- supportlive-entlastende Gespräche
- Entspannungsübungen
- Hypnotherapie
- kognitiv-verhaltenstherapeutische Methoden